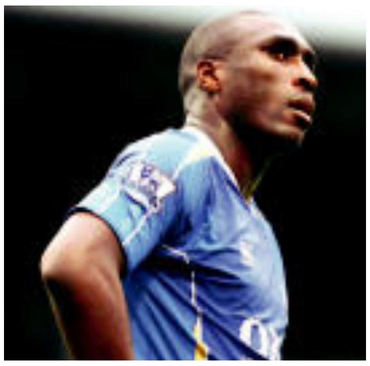
EB/Streymur longt tveir sáttmálar

EB/Streymur skrivar á heimasíðu síni, at bæði Rene Tórgarð og Sorin Anghel hava longt sáttmálar sínar við felagið. Soleiðis er longu nú greitt, at teir báðir eisini verða partur av hópinum hjá EB/Streymi í 2010. Sorin Anghel hevur verið partur av hópinum hjá felagsliðnum, síðani teir í 2000 aftur royndu seg í fremstu røð. Og seinastu trý kappingarárini hevur René Tórgarð verið aftasti skansi hjá felagnum.



Campbell til Notts County

Enska Notts County, sum spælir í fjórðu bestu deildini, ætlar sær veruliga at vinna seg upp á ensku tindarnar. Í summar varð Svenn Göran Eriksson settur sum venjari, og í gjár knýtti felagið Sol Campbell at hópinum. Sol Campbell, sum í dag er 34 ára gamal, hevur áður spælt við Tottenham, Arsenal og Portsmouth, umframt at hann eisini í fleiri ár var partur av enska landsliðshópinum. Umframt Campbell, hevur Notts County eisini keypt Kasper Schmeichel, Lee Hughes, Luke Rodgers, Ben Davies og Graeme Lee í summar.

Nógvir vilja verða sterkastur

Fýra av luttakarunum, sum um hálvan annan mánað fara at kappast í høllini á Hálsi í Havn. Frá vinstru eru tað Sámal Johannis Hansen, Bogi Hammer, Finnur Poulsen og Jákup Petur Djurhuus

Mynd: Jens Kristian Vang

Líkt er til at kappingin um at gerast Føroya sterkasti hevur góða undirtøku. Hvørja viku hittast menn í høllini hjá Havnar Timburhandli at venja seg við útgerðina, sum skal nýtast til kappingina

jakup@sosialurin.fo
Jákup Mørk

Tann 10. oktober er dagurin, tá sterkasti maðurin í landinum skal finnast.

Og líkt er til, at tað eru fleiri, sum hava hug at vita, um júst hann er maðurin, ið skal lyfta arvin eftir Regini Vágadal, sum hevur vunnið kappingina, tær ferðirnar hon varð fyriskipað, tó at tað nú eru eini 10 ár síðani, at kappast varð seinast.

Nógv kilo at lyfta

Regin verður sjálvur dómari, tá sterku menninir um hálvan annan mánað fara at lyfta, dragsa og toga seg fram móti heitinum, og longu nú fyrireika luttakararnir seg við fullari ferð.

Hetta gongur fyri seg í høllini hjá Havnar Timburhandli, har teir hava fingið loyvi at seta útgerðina til ymsu kappingarnar. Í einum horni liggja nakrir 100 kilo tungir sandsekkir, sum stkjóast gjørligt skulu tveitast upp á seks plattar, sum eru stáplaðir oman á hvønnannan.

Aðrastaðni liggur ein 60 kilo tung stamma úr jarni, har til ber at festa vektir, soleiðis at hendan vigar tey avtalaðu 90 kilo'ini, sum skulu lyftast upp um høvd, so ofta sum orkan nú er til tað.

Eisini er eitt 20 kilo tungt bildekk, sum skal haldast í strektum armum, meðan tvær bobbens upp á 105 skulu haldast uppi frá gólvinum longst gjørligt.

Eftir eru kappingarnar í benchpress – sum kann venjast í vanligari venjingarmiðstøð – og kappingin við at flyta ein bil. Og henni ber ikki so væl til at hýsa í venjingarhølunum.

Skaðar koma

Útgerðin er sett upp, soleiðis at menn longu nú kunnu venja teknikkir og annað, men tað er tó ikki so, at menn hittast fleiri ferðir um vikuna og taka øll elementini ígjøgnum.

- Tað ber slettis ikki til. Fyri tað mesta venja vit í Yndi, men vit royna at hittast her eina ferð um vikuna at taka nakað av kappingarskránni ígjøgnum. Men tað er ikki